

# 月刊みどりんぐ 8月号

【ハミングベル緑橋】 大阪市東成区中本 1-11-1 ☎06-6971-8838 発行責任者：センター長 松野卓也

## coronaに勝ちまショー

感染防止により皆様に例年楽しんで頂いていた行事や近隣の夏祭り等が中止となってしまうています。集まって頂くのではなく、出演者が各部署回ることでショーを実現しました。ひげを付けたマスクにもご注目！

各部署回ることでショーを実現しました。ひげを付けたマスクにもご注目！



### テイサーサービス にっこりこ

頭上での風船割り、テーブルクロス引きとハラハラさせる演出に「割れるんちやう？」「わー」と声が上がっていました。どちらの山ちゃんか？との質問では馴染みの山ちゃんに軍配♪

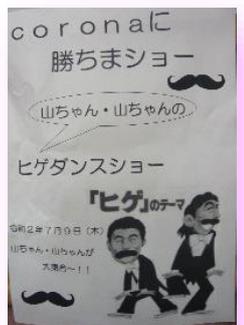


### 小規模多機能型居宅介護 楽々



ひげダンスの音楽が鳴り始めると皆さんの手拍子が始まり、「山ちゃん山ちゃん」達を迎えました。

馴染みの職員だとわかると顔がほころびます。愉快な場面では皆さん笑顔になり、手品が成功すると割れんばかりの拍手。「また来てね」「楽しかったわ」と仰り大盛況のうちに終わりました。



### グループホーム 音々

1日に4公演こなした、山ちゃん山ちゃんコンビ&ピエロさんありがとう♪ また来てね。



認知症対応型デイサービスセンターにここにこ

## 夏のお楽しみ会

毎年恒例となっていた流しそ  
うめんとスイカ割りが感染防止  
の為、出来なくなりました。

そこで皆様に楽しんで頂ける  
よう春に続いて夏のお楽しみ会  
を開催しました。夏に因んだ歌  
を聴いたり、クイズや水戸黄門  
に扮して寸劇を行いました。職  
員の扮装に皆さん大笑い。職  
渡すとお約束で「エイ！」と斬り  
付けておられました。



町娘に変身！

エイヤ～！

小規模多機能ホーム 「楽々」らら

## ゴルフ大会



「ゴルフをしたい！」との利用者  
さんの声でパターゴルフ大会を  
しました。ピンポン玉をボールに  
して紙コップの的を狙います。ま  
ずは職員がお手本を見せます。

男性利用者さんはさすがお手の  
物です。女性やいつもは車いすの  
利用者さんも職員の手を借りて  
真剣そのものです。的に向かって  
振るのは逆さまにした杖！「もう  
ちよっと右か！」「残念！」「あ  
〜！」と口々に仰っていました。

その後は、ビーチボールのスイ  
カでスイカ割りをしました。目隠  
しをしているのでうまく当たら  
ない事もありましたが、当たると  
大きな拍手がおこりました。  
おやつには、よく冷えたスイカ  
を食べました。「昔は井戸でスイ  
カ冷やしたで」「私の田舎は川で  
冷やしてたよ」と皆さんの夏の思  
い出を教えてくださいました。



「頑張ってる！」「ナイスショッ  
ト！」「あゝ惜しい！」と声援と  
拍手！ 優勝、敢闘賞の表彰式も  
あり楽しいひと時でした。

グループホーム 「音々」ねね

音々☆夏祭りだ！

皆さんに少しでも楽しんで頂くように「夏祭り」を7月25日に開催しました。

はっぴを着て写真撮影、射的・スマートボール・くじ引き・ミニ屋台と限られたスペースでそれぞれ楽しんで頂きました。射的では、的を真剣に狙っている方、「兄ちゃん、やって」と男性職員に頼んでおられた方がいましたが、的に命中した時は「当たったー」「やったー」とすごく喜んでおられました。

スマートボールでは、ビー玉がうまく飛ばず何度も挑戦されていた方もいましたが、皆さん真剣



にビー玉を飛ばしておられました。

くじ引きは、射的で当たったお菓子里に入っている番号の賞品が、もらえる仕組みで「〇〇番の人」と言うと「はい」と手を挙げて賞品を受け取りに職員の所へ。中には嬉しさのあまり目に涙を浮かべておられた方もいました。

皆さん、遊び終わった後は、当たったお菓子を広げ、ジュースやノンアルコールビールを飲み、話をして、それぞれ楽しまれた喜んで下さり、大成功で終わる事ができました。



お誕生日会

音々2階では、今月お誕生日を迎えられた入居者様のお誕生日会を行いました。プレゼントには、日常で使いやすい頂けるよう、ピンク色のマグカップやバスタオルを贈りました。

いつも素敵な笑顔をお見せくださいます。これからもお元氣にお過ごし下さい！



ハミングベル緑橋の介護サービス

- ・グループホーム「音々（ねね）」・小規模多機能ホーム「楽々（らら）」
- ・認知症対応型通所介護ハミングベルにここにこ  
Tel: 06-6971-8838
- ・居宅介護支援事業所（ケアプランセンター）  
Tel: 06-6971-8881
- ・訪問介護（ヘルパーステーション）  
Tel: 06-6971-9001



職員募集も  
しています  
御気軽にお問い  
合わせ下さい♪



永年勤続表彰

コロナに打ち勝つ音楽療法を実践します

**勤続 5年**

デイサービス にこにこ  
橋本 陽子

楽しみながら働けた5年でした！  
目指せ勤続25年！

**勤続 5年**

小規模多機能 楽々  
小栗 健太

10年間のすべての出会いに  
“感謝,,

**勤続 10年**

グループホーム 音々  
山本 みはる



入職当時やそれに近い写真を使っています。3人共、今とほぼ一緒ですね♪

**管理栄養士の小話**

**「免疫力アップと食事」**

ハミングベル緑橋に来て、早2か月が過ぎようとしています。厨房の仕事も何とか出来てきているように思いますが、もっとスムーズに動けるよう頑張りたいと思います。

さて、今回のテーマが「免疫力アップ」ということですが、私たちの身体を守ってくれる免疫力を上げるには、まず、栄養バランスが大切です。その中でも主要な栄養素と食材についてお話しします。

① たんぱく質・免疫の主成分です。肉、魚、卵、豆腐といった良質たんぱく質を摂りましょう。

② ミネラル・ビタミン・免疫を傷つける活性酸素から免疫を守る働きがあります。野菜、果物、種子（胡麻やナッツ類）からミネラルやビタミンを摂りましょう。

③ その他・腸内環境を整える。腸は独自の免疫システムを持っています。腸内環境を整える働きを活発にすることで免疫力アップに有効とされています。腸内で善玉菌を増やすヨーグルトや納豆、キムチ等の発酵食品や便通を良くする食物繊維を多く含む食材が腸の免疫を活発にしてくれます。

桃の里



この前ニュースを見てみると、今年は新型コロナウイルスの感染を避ける為、お盆休みに帰省する人が非常に少なくなる見通しであると報道がありました。

私自身は大阪出身の為、帰省する事はありませんが、毎年お盆には菩提寺のご住職にお越し頂き、柵経をお願いしています。

4月以降、毎年行われているお寺での行事が中止になる事もあり、お盆は一体どうなるのかと心配していました。先日、訪問日時が書かれた封書が無事に届きました。

コロナ禍であっても、毎日無事に暮らせている事に感謝し、今年のお盆も静かに手をあわせたいと思います。

広報担当 ▼ 日高・齋藤・中西  
米澤・宮崎